

Tema: Cum poţi ajunge la performanţe constant bune

Maria Vicol reprezintă astăzi un nume în floreta noastră, o sportivă care — ca şi majoritatea sportivilor noştri răspunzînd grijii părinteşti a partidului, condiţiilor create de regimul democrat-popular — şi-a adus contribuţia la frumosul prestigiu de care se bucură sportul astăzi. Printre performanţele înscrise în palmaresul ei figurează: locul III la J. O. de la Roma şi locurile I pe echipe la Universiada de vară de la Sofia şi la „triunghiularul" care a avut loc recent la Minsk.

Tema de faţă — *cum poţi ajunge la performanţe constant valoroase* — ne-a inspirat-o însăşi evoluţia talentatei noastre sportive.

Iată ce ne-a spus ea:

— Unii sînt înclinaţi să acorde scrimei, un caracter de... joacă. În realitate, pentru a atinge pragul consacrării, pentru a ajunge la performanţe de valoare este necesar să desfăşori o muncă îndelungată, migăloasă, stăruitoare. Voi aminti cazul meu: de la primul concurs public şi pînă la cucerirea pentru prima oară a titlului de campioană a ţării mi-au trebuit nu mai puţin de 4 ani.

— Şi constanţa în rezultate?...

— Este fireşte o năzuinţă pe care trebuie s-o aibă orice sportiv: de a nu înregistra fluctuaţii în comportare, de a realiza mereu performanţe demne de consemnat. Pentru a ajunge aici, nu există decît o singură cale: să munceşti totdeauna serios. Am văzut, de pildă, scrimeri care, după ce au ajuns la un anumit grad de specializare şi mai ales după cîteva succese şi-au neglijat pregătirea. Ei au presupus că pot dobîndi, în continuare, succese numai pe baza faimei căpătate şi a unui anumit grad de rutină. Raţionament complet greşit.

Procesul de instruire şi antrenament nu trebuie întrerupt în nici un moment. Există, desigur, perioade în care ritmul de pregătire este mai lent, mai puţin susţinut — mai ales după marile concursuri — dar repetarea elementelor de bază este imperios necesar să se facă în fiecare şedinţă de antrenament.

— Tinerii care se iniţiază în scrimă ne-au întrebat deseori cum trebuie să decurgă munca de pregătire a unui scrimer fruntaş. Ce ne-aţi putea spune, spre exemplu, despre dv.?

— În mod normal, eu efectuez trei antrenamente pe săptămînă. Durata fiecăruia — circa două ore şi jumătate. Încep antrenamentul cu o încălzire a tuturor grupelor musculare (15—20 de minute) cu mişcări specifice — fandare, saltfandare, pasfandare etc. Apoi, alergări şi lucru la spaliere. În programul de pregătire propriu-zis — lucru cu floreta, la pernă (împungeri pentru exersarea preciziei), la mănuşă, cu parteneri, lecţii cu antrenorul şi în sfîrşit salturi libere cu parteneri (6—8 salturi la fiecare antrenament). În perioada de vîrf, încă două şedinţe de antrenament: unul de pregătire fizică, altul de pregătire tehnică.

Discuţia noastră cu Maria Vicol s-a apropiat de sfîrşit.

—Ceva din proiecte?

— Obiectiv imediat — să cuceresc şi în acest an titlul de campioană a ţării... Mai departe? Să obţinem victoria în „triunghiularul" din primăvară, de la Budapesta...

Maria Vicol a deschis apoi o agendă. s-a gîndit cîteva clipe şi în cele din urmă, ne-a spus:

— Deocamdată atît. E mai bine...

T. STAMA

Pe urmele unor scrisori

„Vrem să fim fruntaşi şi în sport"

Vă mai amintiţi? In paginile ziarului nostru din ziua de 1 august anul acesta s-a scris despre o frumoasă „Duminică cultural-sportivă" ce a avut loc pe meleagurile Olteniei. Aceasta se întîmpla la Poiana Mare, comună de lîngă Calafat. A fost atunci o mare sărbătoare. Tineri şi vîrstnici de aici ca şi din satele vecine au petrecut clipe minunate în sala căminului cultural şi pe terenul de sport al comunei. Sportul a stat atunci la loc de cinste. Şi nu întîmplător. Căci poienarii îl iubesc cu pasiune. Le place să bată mingea, să alerge, să se întreacă la sărituri sau trîntă.

„Duminica cultural-sportivă", iniţiată de consiliul asociaţiei sportive din Poiana Mare, trebuia după succesul înregistrat — şi aceasta era părerea fiecăruia — să constituie un pas însemnat în activitatea sportivă a comunei. Dar...

...La redacţie a sosit o scrisoare. Apoi încă una. Adresa expeditorului era aceeaşi: Poiana Mare. Le-am deschis cu curiozitate de fiecare dată, doream să aflăm veşti despre dezvoltarea sportului din această comună. Numai că cele relatate nu bucurau pe nimeni.

„*In anii regimului burghezo-moşieresc* — se spunea într-una din scrisori — *în satele Olteniei nici vorbă nu era de sport. Azi, însă, datorită minunatelor condiţii create de partid sportul e îndrăgit şi practicat de tinerii satelor noastre. In comuna noastră însă, el nu s-a ridicat la nivelul corespunzător, deşi condiţii sînt. Succesul înregistrat cu ocazia „duminicii cultural-sportive", a demonstrat cu prisosinţă acest lucru. Poiana Mare este una dintre cele mai mari comune din ţară. Are în jurul a 15.000 de locuitori. Este o comună fruntaşă în multe domenii. Numeroşii tineri din comuna noastră doresc să-şi petreacă timpul liber pe terenul de sport. Vrem să fim fruntaşi şi în domeniul sportului*".

PE URMELE SCRISORII...

Mai bine-zis pe urmele scrisorilor. Iată-ne aşadar, cu cîtva timp în urmă, la Poiana Mare. Străzi lungi, curate, case din ce în ce mai multe de construcţie nouă, care îţi dau impresia că te afli într-un orăşel. In biroul preşedintelui Sfatului popular două drapele împodobesc încăperea. Unul e cel de comună fruntaşă în muncile de vară, iar al doilea primit cu un an în urmă, de fruntaşă în munca culturală. Intreaga comună a păşit pe drumul vieţii noi. Locuitorii fac parte din trei gospodării agricole colective, cu fonduri de bază care se numără în milioane. Gospodării fruntaşe, fiecare cu cîte trei autocamioane „Steagul roşu", cu sectoare zootehnice puternice. In comună există, de asemenea, un S.M.T. ale cărei tractoare brăzdează din plin ogoarele gospodăriilor.



Jumătate tractorişti,
Jumătate fotbalişti!

O dată cu bunăstarea a pătruns în Poiana Mare şi cultura. Există patru şcoli elementare şi una medie, cămin cultural nou, cu sală de 700 de locuri şi aparat de filmat propriu, bibliotecă cu peste 10.000 de volume şi sute şi sute de cititori. Iată pe scurt realizările obţinute de locuitorii din Poiana Mare, cu care, pe drept cuvînt, nu se poate mîndri orice altă comună. Şi totuşi, ceva nu se ridică la nivelul celor arătate: sportul. De acest lucru oamenii sînt nemulţumiţi. Fiindcă în privinţa activităţii sportive au rămas în urma celor din comunele învecinate (Tunari, Ghidiciu, Basarabi), care deşi sînt comune mai mici au o activitate sportivă mult mai intensă.

La Poiana există o asociaţie sportivă, Infrăţirea, trecută de curînd pe lîngă G.A.C. „Viaţă nouă". Consiliul de conducere al acestei asociaţii nu şi-a îndeplinit nici pe departe sarcinile ce îi reveneau. Sînt membri ai consiliului care aproape nici nu ştiau că au fost aleşi. Aşa s-a făcut că situaţia membrilor U.C.F.S. este necorespunzătoare, că nu există o evidenţă pusă la punct. Cît priveşte un plan de muncă, de activitate sportivă organizată nici vorbă de aşa ceva. Doar echipa de volei ce mai activează, datorită unor iubitori ai voleiului, entuziaşti. Fotbalul, marea pasiune a poienarilor, cînd şi cînd mai este jucat deşi băieţi talentaţi sînt destui. Medicii comunei, Gh. Oană şi L. Ţiţirigă, joacă la echipa din Calafat, alţii la Lonea, Craiova şi în alte părţi. Material sportiv există suficient la Poiana. Nu se poate plînge nimeni. Numai că el nu e îngrijit cum trebuie. Ori se află pe la sportivi de luni de zile (profesorul V. Stoica, de exemplu), ori stă nespălat, aşa cum a rămas după un joc, zăcînd într-o ladă la grajdul comunal, o parte, iar altă parte împărţită la cele trei G.A.C.-uri. Cît priveşte amenajarea bazelor sportive situaţia nu e deloc mulţumitoare. Cum e posibil ca o comună cît un oraş să aibă doar un teren de volei (într-adevăr foarte bun) şi un teren de fotbal, a cărui împrejmuire a început cu prilejul „Duminicii sportive" (luna august!!) şi care nici pînă în prezent nu e terminată definitiv? Fără să mai vorbim de starea terenului, de groapa de sărituri din care n-au mai rămas decît urmele. Cam acestea sînt bazele sportive într-o comună cu mii de tineri dornici de sport şi care sînt gata oricînd ca prin muncă patriotică să amenajeze noi baze sportive. In această direcţie un rol important trebuie să-l aibă conducerea asociaţiei, sfatul popular comunal (preşedinte, tov. Ion Dinu), conducerile şcolilor ca şi ale gospodăriilor colective „Viaţă nouă" (preşedinte tov. T. Dobre), „Inainte" (preşedinte tov. Gh. Pasă) şi „Vasile Roaită" (preşedinte, tov. M. Ruscă). Toţi aceştia vor trebui, şi posibilităţi sînt, să contribuie mai activ la dezvoltarea sportului în Poiana Mare. Factori activi în munca sportivă vor trebui să devină profesorii de educaţie fizică V. Stoica, Speranţa Bulai şi ceilalţi. Pregătirea şi funcţiile pe care le au îi obligă.

Recentele alegeri U.C.F.S., care au avut loc în comună trebuiau să constituie, aşa cum se observă în întreaga ţară, un moment de cotitură în activitatea sportivă de aici. Dar acest lucru nu s-a întîmplat. Ce părere are consiliul raional U.C.F.S.? La slaba activitate sportivă din Poiana Mare o „contribuţie" o are şi insuficienta muncă de îndrumare şi control a consiliului raional U.C.F.S. Preşedintele consiliului U.C.F.S., Savu Buică, şi tehnicianul consiliului, C. Carauleanu, trebuiau să ajute mai mult, pentru ca sportul la Poiana Mare, care se află la doi paşi de Calafat, să se ridice la nivelul cerinţelor. In schimb ei au manifestat o completă delăsare. S-au mulţumit să facă promisiuni şi atîta tot.

Acum cînd timpul permite, cînd ţăranii muncitori sînt mai puţin ocupaţi, e necesar să se treacă la îmbunătăţirea activităţii sportive în comuna Poiana Mare. De aceea, organele sportive locale, ca şi consiliul regional U.C.F.S. Oltenia, vor trebui să ia toate măsurile menite să facă din Poiana Mare, comună fruntaşă în atîtea alte domenii de activitate, fruntaşă şi în sport. E de fapt dorinţa numeroşilor iubitori de sport de aici. Şi ea trebuie îndeplinită.

CONSTANTIN ALEXE

Cu blocnotesul prin sălile expoziţiei

Tema sportului este bine reprezentată la cel de al III-lea Salon internaţional de artă fotografică al R.P.R.? Privind prin prisma calităţii şi nu a vreunui calcul procentual, răspunsul nu poate fi decît afirmativ. Unul dintre premiile acordate de juriu revine „Scrimerilor" *un instantaneu al participantului polonez Edward Hartwig. O tipică „fază" de sport, în care mişcare plină de elan a scrimerului în atac este măiestru subliniată de tehnica fotografului. Acesta este premiul III.*

Alte lucrări inspirate de sport, chiar fără a fi primit lauri, reuşesc totuşi să se impună în acest ansamblu de excepţional nivel al expoziţiei de la Palatul R.P.R. Ne gîndim în primul rînd la cele două splendide instantanee sovietice, vecine de panou, „Săritura" *de V. Sustov şi* „Ultimii metri" *de G. Vaidla. Sport cu S mare... Cu pioletul în mînă, temerarul alpinist se avîntă în salt deasupra prăpastiei. Nu ştii ce să admiri mai mult — performanţa sportivului sau cea a reporterului fotograf care a surprins această imagine cu totul ieşită din comun. Alături, ciclistul lansat în sprintul final pare a „aspira" distanţa care îl separă de victorie, idee realizată prin estomparea fondului fotografiei. Procedeul diametral opus este folosit de Jan Wesdik (R.P. Polonă) în redarea patinatorului:* „Pe gheaţă". *Aci fondul este imobil, viteza fiind sugerată de silueta aproape ştearsă a alergătorului, devenit o nălucă... Idee folosită cu succes şi în trecut, dar care lasă inevitabil impresia de artificial. Ceea ce se situează desigur în contrast cu tendinţa cea mai nouă, bine reprezentată în expoziţie, care înseamnă tocmai o întoarcere către firesc.*

Dintre lucrările participanţilor romîni la expoziţie notăm „Patinaj artistic" *de F. Brandrup, care a surprins pe campioana noastră Cristina Patraulea într-o spectaculoasă săritură,* „Turiştii" *văzuţi la orizont de Bazil Roman şi* „Loz în plic" *(titlul nu ni se pare fericit ales) de I. Mihăică, o bună imagine de atmosferă pe stadion.*

Unii expozanţi au ales sportul doar ca pretext pentru redarea plastică a altor idei. Alăturarea dă adesea rezultate frumoase. Cităm schiorii lui Erich Haas (Austria) din „Pe aceeaşi urmă", *spectatorii fără bilet din* „Ce se întîmplă..." *de T. Peternek (Iugoslavia), demonstraţiile de mase din* „Tinereţe" *de L. Ovsik şi* „Spartachiada" *de Z. Vazenilek (ambii din R. S. Cehoslovacă), sau subtila imagine* „Pe stadion" *de T. Tarasin (R. P. Polonă) — două siluete pierdute în imensitatea tribunei, într-o zi fără meci... Dar, mai ales, am reţinut atmosfera intimă, sinceră, din* „Figură nepermisă" *de Oleg Negolov (U.R.S.S.). Tatăl şi cu puştiul său se amuză copios în joaca de-a... fotbalul. Şi acesta este sport, chiar în sensul său cel mai curat.*

Nu ne contrazicem, spunînd totuşi că viaţa sportivă poate oferi considerabil mai multe subiecte de inspiraţie pentru artiştii fotografiei. Imagini tipice ale luptei sportive, prin excelenţă plastică, se întîlnesc prea rar pe panourile expoziţiei. Portrete de sportivi, momente caracteristice de meci, de asemenea. Fără îndoială, tema este departe de a fi epuizată. Am zice chiar, abia acum îi descoperim toate tainele. O invitaţie deci pentru toţi fotografii noştri: nu uitaţi acasă aparatele cînd veniţi pe stadion!...

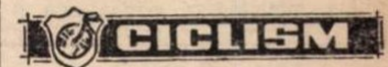
R. VOIA
Fotoreproduceri: P. Romoşan



O. Negolov (U.R.S.S.) *„FIGURĂ NEPERMISĂ"*
(Cel de al III-lea Salon internaţional de artă fotografică al R.P. Romîne)



I. Mihăică (R.P.R.) *„LOZ ÎN PLIC"*
(Cel de al III-lea Salon internaţional de artă fotografică al R.P. Romîne)



„CUPA 13 DECEMBRIE" ULTIMUL CONCURS AL SEZONULUI DE CICLOCROS

Ciclocrosiştii îşi vor încheia mîine sezonul, participînd la ultimul concurs din acest an, dotat cu trofeul „Cupa 13 Decembrie". La prima sa ediţie, desfăşurată în sezonul trecut, această competiţie s-a bucurat de un deosebit succes. Organizatorii au luat şi de data aceasta toate măsurile ca întrecerile de duminică să se desfăşoare în cele mai bune condiţiuni. A fost ales un traseu situat în împrejurimile parcului sportiv Dinamo. Plecările şi sosirile vor avea loc în faţa întreprinderii poligrafice „13 Decembrie 1918". Concursul este deschis tuturor posesorilor de biciclete. Primul start se dă la ora 9,30.

La cea de a doua ediţie a „Cupei 13 Decembrie" au fost invitaţi alergători de la cluburile sportive Dinamo, C.C.A., Flacăra roşie, Voinţa, I.T.B. şi C.S.S. Sperăm că antrenorii acestor cluburi vor mobiliza întregul efectiv disponibil, nu aşa cum s-a întîmplat duminica trecută, la „Cupa I.T.B.", cînd dinamoviştii, de pildă, nu au participat la nici una din probele concursului.